

Наименование блюд и продуктов	Химический состав					энерг. цен. (ккал)	Цена за блюдо
	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды			
1	2	3	4	5	6	7	
15.03.2021 год							
Завтрак							
Каша жидкая на рисовой крупе и молоке	200	2,2	8,2	21	203,47		14,39
технологическая карта № 311 сборник Хлебпродинформ, 2004							
Бутерброд с сыром	15/15/5	4,7	7,9	7,3	123		11,19
технологическая карта № 3 сборник Хлебпродинформ, 2004							
Какао с молоком сгущенным	200	4,7	5	31,8	187		10,20
технологическая карта № 694 сборник Хлебпродинформ, 2004							
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119		2,45
Итого энергетической ценности за завтрак:		15,4	21,5	84,4	632,47		
Обед							
Салат «степной» из разных овощей	100	2,8	8,6	3,8	105		9,09
технологическая карта № 25 сборник Хлебпродинформ, 2004							
Суп из овощей на говядине	250	2,2	4,4	12,4	99		23,33
технологическая карта № 135 сборник Хлебпродинформ, 2004							
Тефтели с томатным соусом	55/50	13,22	10,8	14,68	211,2		21,10
технологическая карта № 587 сборник Хлебпродинформ, 2004							
Макаронные изделия отварные	200	7	8,2	52,93	294		9,49
технологическая карта № 516 сборник Хлебпродинформ, 2004							
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	31,4	124		3,89
технологическая карта № 639 сборник Хлебпродинформ, 2004							
хлеб ржаной	50	3,46	0,6	21,14	107		2,95
хлеб пшеничный	100	7,9	1	48	239		4,9
итого энергетической ценности за обед:		37,18	33,6	184,35	1179,2		
итого энергетической ценности:		52,58	55,1	268,75	1811,67		Итого: 112,98

16.03.2021 год

Завтрак

Омлет натуральный	150	15	25,05	2,85	298,5	32,69
технологическая карта № 340 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Чай с лимоном	207	0,3	0	15,2	60	3,79
технологическая карта № 686 сборник Хлебпродинформ,2004						
Итого энергетической ценности за завтрак:		19,25	25,55	42,05	478	

Обед

Салат из свеклы с изюмом	100	1,5	4,5	16,5	108	6,41
технологическая карта № 26 сборник П.С.Батищев,2003						
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250	2	5,2	13,1	106	13,32
технологическая карта № 110 сборник Хлебпродинформ,2004						
Сосиска с томатным соусом	55/50	7,96	16,74	5,16	203,6	18,34
технологическая карта № 587 сборник Хлебпродинформ,2004						
Пюре картофельное	200	4,2	11	29	252	12,34
технологическая карта № 520 сборник Хлебпродинформ,2004						
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	42,2	162	3,85
технологическая карта № 648 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
яблоко	220	0,8	0,4	19,6	80	23,10
итого энергетической ценности за обед:		22,83	38,76	164,36	1106	Итого: 120,81
итого энергетической ценности:		42,08	64,31	206,41	1584	

17.03.2021 год

Завтрак

Каша вязкая с морковью	200	7,4	15,8	38,8	332	16,09
технологическая карта № 306 сборник Хлебпродинформ,2004						

<i>фир с м.д.ж.2,5%</i>	200	5,8	5	8	106	11,20
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Итого энергетической ценности за завтрак:		17,15	21,3	70,8	557,5	
Обед						
Салат " Несвижский"	100	5,1	9,7	5,2	129	10,54
технологическая карта № 63 сборник Хлебпродинформ,2004						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2	2,4	14,8	90	13,49
технологическая карта № 137 сборник Хлебпродинформ,2004						
Плов с говядины	200	28,8	15,73	50,4	466,67	64,5
технологическая карта № 443 сборник Хлебпродинформ,2004						
чай с молоком и сахаром	200	1,5	1,5	15,8	81	3,37
технологическая карта №184 сборник Уфа						
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
яблоко	220	0,8	0,4	19,6	80	23,10
итого энергетической ценности за обед:		44,57	30,65	144,6	1041,07	Итого: 149,26
итого энергетической ценности:		61,72	51,95	215,4	1598,57	

18.03.2021 года

Завтрак

Каша рисовая рассыпчатая с изюмом	200	3,2	8	47,8	282	22,07
технологическая карта № 300 сборник Хлебпродинформ,2004						
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	42,2	162	3,85
технологическая карта № 648 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Апельсин	220	19,8	0,59	23,76	117,3	27,50
Итого энергетической ценности за завтрак:		26,95	9,09	137,76	680,8	

Обед

Салат из свеклы с солеными огурцами	100	2,2	0,14	12	56	7,37
технологическая карта № 28 сборник П.С.Батищев,2003						
Суп крестьянский с крупой на к/б	250	2,6	5,3	14,3	116	8,29

технологическая карта № 134 сборник Хлебпродинформ,2004						
Жаркое по- домашнему на говядине	200	23,73	13,07	28,8	333,33	67,32
технологическая карта № 436 сборник Хлебпродинформ,2004						
Сок яблочный	200	1	0	21,2	88	11,00
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	194	2,7
технологическая карта № 770 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Итого энергетической ценности за обед:		39,45	26,83	143,15	981,73	Итого: 157,07
Итого энергетической ценности:		66,4	35,92	280,91	1662,53	

19.03.2021 год

Завтрак

Каша вязкая на овсяных хлопьях	200	6	11,2	26,4	238	14,63
технологическая карта № 302 сборник Хлебпродинформ,2004						
Бутерброд с сыром	15/15/5	4,7	7,9	7,3	123	11,19
технологическая карта № 3 сборник Хлебпродинформ,2004						
Компот из свежих плодов яблок	200	0,2	0	35,8	142	8,88
технологическая карта № 631 сборник Хлебпродинформ,2004						
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119,5	2,45
Итого энергетической ценности за завтрак:		14,7	19,5	93,8	622,5	

Обед

Салат из красной фасоли	100	3,2	2,83	8,63	125	6,96
технологическая карта № 57 сборник Хлебпродинформ,2004						
Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	5,96	4,16	10	102,5	9,45
технологическая карта № 143 сборник Хлебпродинформ,2004						
Птица, тушенная в сметанном соусе	65/35	19,7	15,75	2,35	231	26,58
технологическая карта № 493 сборник Хлебпродинформ,2004						
Картофель и овощи, тушенные в соусе	200	5,1	16,7	39,75	328,5	17,8
технологическая карта № 217 сборник Хлебпродинформ,2004						

кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0	0	42,2	162	3,85
технологическая карта № 648 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
Банан	267	4	1,3	56,1	256,3	26,69
итого энергетической ценности за обед:		44,33	41,66	197,83	1399,7	
итого энергетической ценности:		59,03	61,16	291,63	2022,2	Итого: 133,00

20.03.2021 год

Завтрак

Суп молочный с макаронными изделиями	250	7	7,9	24,7	141	7,10
технологическая карта № 160 сборник Хлебпродинформ,2004						
Оладьи с изюмом (сметана)	150	8,4	11,25	60,15	378	17,68
технологическая карта № 734 сборник Хлебпродинформ,2004						
Чай с лимоном	207	0,3	0	15,2	60	3,79
технологическая карта № 686 сборник Хлебпродинформ,2004						
Итого энергетической ценности за завтрак:		15,7	19,15	100,05	579	

Обед

Салат из свеклы с сыром	100	1,3	3	8,4	67	13,9
технологическая карта № 50 сборник Хлебпродинформ,2004						
Суп из овощей на говядине	250	11,2	12,14	12,4	205,8	23,33
технологическая карта № 135 сборник Хлебпродинформ,2004						
Минтай, тушеный в томате с овощами	45/35	8,48	4,08	4,48	89,6	17,32
технологическая карта № 374 сборник Хлебпродинформ,2004						
Рис отварной	200	4,8	12	47,6	326	11,98
технологическая карта № 511 сборник Хлебпродинформ,2004						
Какао с молоком	200	4,9	5	32,5	190	8,18
технологическая карта № 693 сборник Хлебпродинформ,2004						
хлеб ржаной	35	2,42	0,42	14,8	74,9	2,07
хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24	119,5	2,45
яблоки	300	1,09	0,55	26,73	109,09	31,5
Апельсин	221	19,89	0,59	23,87	117,83	27,58
итого энергетической ценности за обед:		58,03	38,28	194,78	1299,72	Итого: 166,88
итого энергетической ценности:		73,73	57,43	294,83	1878,72	

Директор школы
Зав столовой



Петрушкевич Н.В.
Савва Е.Д